LECȚIE

Hai, copii,
Să-nvățăm mersul,
Prima demnitate a omului,
Prima cucerire a cerului!
Mersul ușor și zvelt,
Mersul înaripat,
Mersul plutit,
Ca în întîmpinarea unei îmbrățișări.
Mersul — joc și cîntec,
Zîmbet și dans,
Sărutare tainică, ritmată,
A pămîntului-stea.

Hai, copii,
Să-nvățăm mersul,
Prima demnitate a omului,
Prima cucerire a cerului.

Vasile DIACONESCU

Acad. AUREL MOGA

văzut de NEAGU RĂDULESCU

SPORTIVI SUB CUPOLA ACADEMIEI

„...Din păcate, am început să fac sport abia după vîrsta de treizeci de ani. Din fericire, am procedat bine că l-am practicat, totuși!"

— Mărturisirile nostalgice și înmiresmatele îndemnuri ale academicianului Aurel Moga —

— Da, regret că n-am făcut sport. Ce bine mi-ar fi stat să alerg pe terenul școlii, să bat mingea, să înot, în sfîrșit, să-mi călesc fizic trupul! N-am făcut-o. Nu-mi urmați exemplul. V-o spune profesorul, medicul și fostul elev și student.

Mărturisirea nostalgică și îndemnul înimos aparțin academicianului **AUREL MOGA**, ministrul sănătății, remarcabil om de știință.

— Și totuși...

— Da, într-adevăr, n-am făcut sport în copilărie, nici în adolescență, în anii de liceu, și nici chiar în cei ai studenției, la Cluj, unde mă atrăsese, în afara preocupărilor privind studiile medicale, intensa activitate artistică-culturală din acest oraș.

Dar, poate că exigențele mele în ceea ce cred eu că trebuie să fie un sport m-au îndemnat să mă consider că nu am fost un sportiv, că nu-mi pot atribui această calitate, deși chiar pe atît de departe de sport nu am stat și i-am cunoscut și eu, din plin, voluptățile și binefacerile.

Ca orice copilandru crescut la țară, m-am bucurat de mișcarea în aer liber, de scăldatul în Cibin, de drumurile către Sibiu și înapoierea spre casa părintească, de lecțiile de gimnastică și de jocurile sportive, precum și, mai tîrziu, în timpul studenției, de ambianța favorabilă sportului, creată de „epoca șepcilor roșii" din Clujul universitar de după 1920.

Tîrziu însă, în anii în care am aprofundat studiul medicinii și m-am devotat clinicii și universului ei, am deslușit marile prerogative ale exercițiului fizic rațional și am început să militez pentru două obiective: introducerea gimnasticii medicale în terapeutica aplicată în clinica medicală în care funcționam și să practic, eu însumi, sportul: gimnastica, voleiul și tenisul.

Acestea se petreceau după ce trecusem de treizeci de ani, cînd sportivii de performanță predau „dresurile și bocancii" celor ce-i urmează...

Cu dr. **ILIE OLTEANU**, cu actuala academiciană **RALUCA RIPAN**, cu dr. **ILIE DANIL**, cu dr. **OVIDIU PĂCURARU** și cu dr. **ERVIN POPPER**, pentru a nu-i cita decît pe cîțiva dintre tovarășii noștri de îndeletniciri sportive din acele timpuri, am început, în anul 1935, să joc tenis. Dar nu dintr-o pornire legată de oarecare obligații mondene, ci numai mînați, cu toții cîți ne alăturaserăm inițiativei, de nevoia de a face sport, de a ne dărui mișcării fizice organizate, de a ne realiza aspirațiile, după cum simțeam și cum gîndeam noi înșine.

Și pentru că eram pătrunși că ceea ce facem e bine, în avantajul nostru și în folosul pacienților, am amenajat o sală de gimnastică medicală și un teren de volei, ambele pe lîngă clinica medicală I.

Actualii profesori universitari și medici consacrați, colegii mei prețuiți dr. **GOYA** și dr. **SPIRCHEZ**, trecuți și ei, pe atunci, de vîrsta veleităților sportive, dar dăruiți cu tot elanul unei judicioase aprecieri în folosul exercițiului fizic, au aderat, de asemenea, la preocupările noastre sportive.

Și astfel, adăugînd muncii medicale tenisul și voleiul, ne-am pomenit alcătuind — în Clujul de acum mai bine de trei decenii — un nucleu sportiv în care carburantul care ne genera acțiunile era dintre cele mai de preț: convingerea în marile virtuți ale sportului.

— Ce loc acordați gimnasticii medicale în sistemul terapeutic?

— S-ar cuveni, poate, să cunoașteți — și medicii generațiilor mai tinere să rețină cu atenție și să se străduiască să pună în practică — că încă din anul 1937 am inițiat la Cluj, sub auspicii universitare, un ciclu de conferințe cu tematica **MEDICINA SPORTIVĂ**, la care au fost solicitați, și au răspuns favorabil, lectori de vază, personalități marcante ale vieții științifice clujene. Eu însumi am dezbătut subiectul „**SPORTUL ȘI CIRCULAȚIA SÎNGELUI**", preocupat din totdeauna, în cadrul specialității mele medicale și al universului cardio-vascular, de inima sportivului.

Încerc o mare satisfacție ca om, ca medic, ca profesor, cînd știu că la clinica medicală I pacienții au deslușit că trebuie să facă din gimnastica medicală un aliat al terapeuticii în favoarea lor. Și eu am mers chiar mai departe, ca medic și ca profesor, încît am prescris pacienților și am propovăduit emulilor mei exercițiul fizic și în recuperarea pacienților care au suportat infarctul miocardic. Azi, gimnastica medicală, cultura fizică medicală prin exercițiul de gimnastică, adecvat și sistematizat, a intrat în componența funcțională a tot mai multor clinici medicale și eu consider aceasta nu numai o recunoaștere a utilității ei, dar și consacrarea unui sistem cu tot mai largi funcții aplicative.

. . . . . .

... Acum, cînd anii au trecut și vîrsta începe să sedimenteze experiențe și amintiri, concluzii și îndemnuri pentru cei ce ne urmează — continuă academicianul Aurel Moga — îmi pot exprima satisfacția că peste regretul lipsei de activitate sportivă din anii adolescenței și ai studenției mele am așezat acele manifestări în tenis, în volei și în gimnastică, din anii cînd privești viața și lucrurile la dimensiuni reale și că voluptatea efortului fizic s-a împletit cu satisfacția rezultatelor.

Astăzi, mai mult decît oricînd, consider sportul un factor determinant în întreținerea sănătății, în cultivarea unor deprinderi folositoare pentru toată viața, pentru educarea și formarea caracterelor, a omului cu acele admirabile virtuți ce decurg dintr-o minte sănătoasă într-un trup viguros.

V. FIROIU

EROI CONTEMPORANI

EDMUND HILLARY ȘI TENSING NORCHE

29 mai 1953 ora 11,30.

In istoria cuceririi pămîntului această dată va rămîne înscrisă cu majuscule: în sfîrșit, este cucerit „al treilea pol". Doi oameni, pe cît de diferiți ca fizic pe atît de sincronizați în tendința lor spre același țel, sînt autorii senzaționalei realizări.

Dar, pînă aici, pînă la victoria lor și pentru ea, zeci de expediții, sute de oameni le-au netezit drumul, adăugînd cîte o piatră la piramida în vîrful căreia ei vor înfige pioletul.

Pînă la supremul Mont Everest (8845 m. — după Larousse, 8888 m după Fritz Rudolph), omul a escaladat sistematic piscurile maxime din toate continentele.

Rînd pe rînd, cad în 1786 Mont Blancul (4810 m), în 1889 Kilimangiaro — Africa (6000 m), în 1897 Acancagua — America de Sud (7039 m) și în 1913 Mc. Kinley — America de Nord (6187 m).

Abia după acești prim pași, alpiniști din toată lumea se năpustesc cu aviditate asupra munților din centrul Asiei. Aici era cîmpul ideal pentru ascensiuni și cuceriri, aici, peste marea de munți de mii de kilometri pătrați, stăpîneau cei 14 mari — coloșii de peste 8000 de metri.

Istoria escaladării acestor piscuri este o filă din istoria cutezanței umane. Peste o sută de expediții le-au asaltat. Mormane de piatră marchează și acum sfîrșitul tragic al unora din ele, sau al unor participanți, căzuți sau dispăruți în această luptă.

Oamenii urcă din ce în ce mai sus, dar punctul suprem pare inaccesibil.

Ciomolungma — „Zeița mamă a pămîntului" — își apără cu strășnicie tronul-i virgin și secretele-i teribile.

Expediția din 1953 îi va fi însă fatală. De la tabăra de bază pentru asalt, situată la 7900 m, doi din cei mai buni membri ai expediției, Tom Burdillon și Charles Evans, urcă pînă la 8748 m, dar se întorc de aici epuizați. Ei fac însă un lucru care va ajuta cucerirea piscului: la această înălțime lasă în zăpadă două butelii cu oxigen, pe care le vor descoperi și folosi cuceritorii piscului. Trei zile mai tîrziu, încearcă șeful expediției, John Hunt. Tot fără succes.

Tensing și Hillary, învingătorii Everestului

Le-a fost sortit lor, pașnicului apicultor din Noua-Zeelandă, Hillary, și păstorului din Nepal, Tensing, să fie primii acolo în vîrf.

Remarcabil pregătiți fizic, cu o rezistență de fier, cu o experiență uriașă în alpinism — cu un moral înalt ca și aspirațiile lor, ei doi (Tensing — „tigrul de Himalaia" și Hillary — „lunganul blajin"), au rămas ultimii într-o cursă pe care atîția alții au pierdut-o. Acest tandem ideal a reușit poate tocmai pentru simbolicul lui înțeles. Un alb și un galben, uniți printr-un destin comun — sus pe cea mai mare înălțime a pămîntului.

Să fie o întîmplare faptul că americanul Perry — cu vreo 40 de ani în urmă, păsea (primul din lume) la Polul Nord — întovărășit de un eschimos?

In acea zi cu soare — după 5 ore de ascensiune dramatică, cei doi și-au strîns mîinile și s-au îmbrățișat pe vîrf. Ei doi, cei mai buni dintre cei buni, sînt primii oameni care păsesc pe creasta planetei noastre.

Cele 10 minute petrecute acolo le-au unit viețile în așa fel încît ele nu se vor putea separa niciodată. Numele unuia se pronunță o dată cu al celuilalt și amîndouă se leagă de supunerea marelui, îmbatabilului Vîrf Everest, cucerit și el — ca și altele înălțimi — pentru simplul motiv „că există".

Dorin ALMĂȘAN

JUDECÎND „LA RECE"

Afectați — ca de obicei — de înfrîngerea de la București, ambasadorii rugbyului francez recunosc, totuși, „coram populi" meritele gazdelor, în neașteptat progres față de evoluțiile anterioare. Cu atît mai mult, cu cît noul regulament reduce considerabil posibilitățile de joc închis, această armă predilectă, pînă mai ieri, a reprezentanților noștri, cu care au făcut viață grea lui Lacaze, Crauste, Domenech și altor Camberabero — chiar pe terenurile acestora. După cum s-a putut observa, elogiile vizează în special defensiva echipei române, demnă de o confruntare la cel mai înalt nivel, recte All Blacks sau Springboks — singurele capabile, după opinia comentatorilor respectivi, s-o combată cu succes la ora de față. Un loc de onoare ocupă, de asemenea, „gheata de aur" a lui Irimescu, autorul celor 15 puncte, prestigios succesor al inegalabilului Alexandru Penciu. Confirmînd, ca să zicem așa, regularitatea performanței, colegii noștri parizieni — îndeosebi trimișii ziarului „l'Equipe" — nu-și pot reține anumite accente de amărăciune, legitime și explicabile de altminteri. Se afirmă, între altele, că arbitrajul foarte sever, fără a favoriza vreuna din părți, n-a fost, în orice caz, avantajos pentru oaspeți — care au atacat mai mult, mai deschis și care ar fi meritat, în consecință, o soartă mai bună, adică un alt raport pe tabela de marcaj... Este menționată, în acest sens, încercarea ratată în extremis de purtătorii cocoșului galic în repriza secundă — dar se omite, în sens contrar, faza din ultimul minut, cînd numai o ezitare de ordinul fracțiunii de secundă ne-a privat de încă 5 puncte ca și făcute...

În fine, asemenea reacții sînt, cum spuneam, lesne de înțeles, iar ușoarele nuanțe strepezite care răzbat pe alocuri de sub pana competenților cronicari parizieni nu ne pot deranja, în contextul amintit. O singură remarcă a avut darul să ne încrețească, totuși, frunțile — apropo de modul în care înțelege publicul nostru să-și susțină uneori favoriții. Obiecția ne-a mîhnit pentru că, din păcate, ni se pare întemeiată. E vorba, pe scurt, despre acele „bariere sonore", preludînd aproape invariabil executarea loviturilor de penalitate împotriva noastră — metodă pe cît de puerilă, pe atît de penibilă, prin care unii suporteri încearcă să demoralizeze tabăra adversă în momentele de cumpănă. Oricît ne-am străduit să înțelegem pasiunea, dorința arzătoare de succes a celor mai fanatici susținători, sîntem obligați să dezavuăm asemenea procedee, străine de însăși noțiunea de sport. Comportarea de pe teren se cere conjugată, armonios și necesar, cu aceea din tribune. Nu-i păcat să întunecăm, fie chiar indirect și într-o măsură infimă, succesul pe deplin meritat al culorilor noastre prin manifestări izolate, ca acelea la care ne referim?

Iată, eventual, un subiect de meditație în plicticoasele după-amieze ale sezonului rece...

Dan DEȘLIU

VARIETĂȚI HANDBALISTICE

Din lumea acestui sport frumos, nu lipsit de spectaculozitate, jucat în viteză și cu forță, abundent în artificii tehnice care încîntă masele de spectatori; din lumea deci, a handbalului, sport care în lunile de iarnă ține de ani și ani „capul de afiș" al competițiilor interne și internaționale, dar care, mai ales, ne-a adus frumoase și tonice succese pe plan mondial, vă prezentăm azi, cîteva interesante varietăți.

● Din cele 104 partide internaționale susținute de „7"-le reprezentativ, doar 26 au avut loc pe teren propriu. Interesant este că din aceste 26 de jocuri handbaliștii români au cîștigat 24, remizînd 2 (ambele cu Iugoslavia!), ceea ce face ca ei să fie încă neînvinși în propriul lor fief. La fel ca fotbaliștii englezi cu ani și ani în urmă...

● Handbalul românesc numără printre celebrităților sale și cîteva familii. Cea mai cunoscută este, fără îndoială, cea a maeștrilor emeriți **CORNEL OȚELEA** și **ANTOANETA VASILE-OȚELEA**, părinții a doi copilași, care — sperăm — nu vor dezminți renumele acestei familii. Alte nume pe lista „stărilor civile" a handbalului: soții **Haberpursch, Cîrligeanu, Constantinescu, Hnat, Sauer, Nedef, Trofin** și... Deocamdată, atît!

● Recordmanul selecționărilor în echipa masculină a țării noastre este maestrul emerit al sportului, proaspăt absolvent al I.E.F.S., **MIRCEA COSTACHE II.** El a îmbrăcat tricoul echipei naționale de handbal în 7 de 78 de ori. În clasament îl urmează: **Mihai Redl** — 72; **Cornel Oțelea** — 68; **Ioan Moser** — 64; **Virgil Hnat** — 59; **Olimpiu Nodea** — 58 și **Gheorghe Gruia** — 56, care amenință cel mai serios pe frunțașii clasamentului, fiind încă în plină activitate.

● Handbalul românesc are tradiții competiționale cu care nu se pot mîndri multe țări din lume. De pildă, reprezentanții țării noastre au fost prezenți la prima mare competiție internațională din istoria acestui sport: turneul organizat cu prilejul Jocurilor Olimpice din 1936. Doi ani mai tîrziu, echipa României a luat startul și în ediția inaugurală a campionatelor mondiale de handbal.

● Singura selecționată națională care deține la ora actuală un avantaj în palmaresul întîlnirilor directe cu formația țării noastre este reprezentativa Iugoslaviei. Handbaliștii români și iugoslavi s-au întîlnit de 15 ori, victoria revenindu-ne doar de 6 ori, alte 2 partide încheindu-se cu rezultate egale. Un amănunt interesant: 7 din cele 23 de jocuri pierdute de națională română, în cei 12 ani de activitate în handbalul în 7, s-au desfășurat la Zagreb. Nu s-ar putea spune că handbaliștii noștri au amintiri frumoase din acest oraș...

● Făcînd o incursiune în biografiile celor mai buni jucători și jucătoare din țara noastră am descoperit cîteva lucruri interesante. De pildă, deși nu se numără printre marile orașe ale țării, totuși Făgărașul se poate mîndri cu faptul că a furnizat echipelor naționale jucători de mare valoare. **Olimpiu Nodea, Virgil Hnat, Constantin Șelaru** sau **Cezar Nica** au făcut primii pași în handbal în această pitorească așezare de la poalele Carpaților!

● Cu toate că ocupă funcția de antrenor federal, antrenorul emerit **NICOLAE NEDEF** nu a îmbrăcat niciodată tricoul echipei noastre reprezentative. El se consolează însă cu faptul că un alt membru al familiei a reușit acest lucru: maestrul emerit al sportului **MIHAI NEDEF** (da, da! cunoscutul baschetbalist) a fost selecționat de 3 ori în echipa națională de handbal în 7!

● Recordmana selecționărilor în echipa feminină de handbal în 7 este maestra emerită a sportului **Irina Klimovschi.** Ea a făcut parte din echipa națională de 73 de ori. Curios este faptul că, deși în formație ocupă postul de portar, ea a înscris totuși un gol, transformînd o aruncare de la 7 m. Cel mai mare număr de goluri pentru echipa reprezentativă a fost, însă, realizat de maestra emerită a sportului **Ana Stark-Stănișel**, care numai pînă la 1 ianuarie 1968 a înscris 166 de puncte.

DIN CULISELE DIVIZIEI

● **Marcînd două din cele trei goluri ale „Argeșului", tînărul atacant central Roșu a adus o contribuție însemnată la victoria echipei sale.**

Se poate spune, deci, că Roșu i-a scăpat pe piteșteni de „lanterna roșie"...

● **Înainte de meciul disputat luni pe stadionul Dinamo, cineva pronostica răzbunarea dinamoviștilor după insuccesul de la Birmingham, asupra studenților craioveni, fapt care s-a adeverit întrutotul.**

Ce să-i faci, unul trage foloasele (West Bromwich Albion), iar altul ponoasele („U" Craiova)...

● **Cu un singur gol marcat în ultima etapă, studenții ieșeni au acumulat două puncte, care îi situează pe locul trei în clasament.**

Cîte-un pic, pic, pic, se adună punctele în „patria Cotnarului"...

● **În meciul Progresul — Farul, o nouă lovitură de la 11 m ratată! (autor: Matei).**

Și cînd te gîndești că unii arbitri se tem să acorde asemenea lovituri, de parcă n-ar ști dinainte ce se-ntîmplă...

● **Suferind o nouă înfrîngere, campionii se află, la încheierea turului, la periferia clasamentului.**

Probabil că, în această situație, vom fi scutiți să auzim curînd în tramvaie „Steaua sus răsare". Ar fi prea mare ironia...

● **U.T.A. campioană de toamnă!!**

Amintirea lui Petschowski obligă...

Bogdan BURILEANU

Duminicile unui nesportiv

SAUNA

Acesta este numele băii finlandeze. O baie a tuturor, cu toate acestea nu publică, ci riguros familială sau individuală. O are fiecare cetățean între acareturile casei sale, zidită de obicei din bîrne, cu un mic pridvor, în care se află o masă și două bănci pentru odihnă. În interior este o anticameră, spre a te dezbrăca, apoi urmează baia propriu-zisă, cu bănci ce se urcă pînă-n tavan, înnădite din lemn moale, care nu conduce căldura. În mijlocul băii e o grămadă de bolovani, conținînd de cele mai multe ori minereu de fier. Focul îi încinge bine și, aruncînd apă peste ei, degajă vălătuci de aburi deși. Donițele sînt la îndemînă, iar lacul sau rîul așijderea. Chiar la ieșirea din baie, fiindcă după ce te-ai perpelit în suflul dogoritor al aburului, te arunci, roșu ca sfecla, în apa de gheață, și pasărea care fluieră subțirel în stuful de pe mal rîde parcă de acest obicei voinicesc al septentrionalilor.

Cînd, acum vreun sfert de veac, m-am supus și eu pentru prima oară deprinderii de a se îmbăia și căli a finlandezilor, credeam că zburătoarea din tufiș îmi cîntă chiar prohodul. Cu toate astea n-am murit, deoarece m-am înapoiat îndată în aburii fierbinți, pe urmă iar mi-am văzut imaginea răsturnată în oglinda lacului, și tot așa, pînă cînd am socotit că ajunge. Între timp, pe băncile saunei, un prieten din miazănoapte mă bătea vîrtos pe umeri, șolduri și spinare cu un mănunchi de crenguțe de mesteacăn. Cică asta scoate sărurile și toxinele din vene și de pe la încheieturi. Cred că așa și este, o dată ce după sauna te simți întinerit cu vreun deceniu, iar racii, peștele, carnea de ren sucite și prefăcute, în fel și chip, cu ouă, undelemnuri și buruieni aromate — specialități ale gospodinelor finlandei — dobîndesc și ele un gust mai viu, mai delicios, decît le-au avut înaintea băii.

Se pare că obiceiul acesta al băilor de abur fierbinte, alternat cu tăvălirea prin zăpadă sau scufundările în apa gata să-ți înhațe piciorul cu circeii frigului polar, datează încă de pe vremea cînd nordicii colindau cu corăbiile lor zvelte și iuți cetățile france, celte, germane și romane. Adică de peste un mileniu. S-a născut, pare-se, din dorința oamenilor simpli, tăcuți, ahtiați de puritate de la Baltica, de a elimina inutilul și balastul. Pînă și din corpul lor, în acest purgatoriu aromat azi cu săruri de conifere. Sportivii finlandezi nici nu-și pot imagina menținerea condiției lor fără sauna zilnică.

La Helsinki, în hotelul „Marski", adică „al Mareșalului", un microcosm de urbanitate și confort în inima orașului — unde am fost găzduit timp de-o săptămînă cu infinite atenții afectuoase — sauna este electrificată, emailată, înzestrată cu săpunuri parfumate și cu prosoape multicolore, încît privirile se plimbă parcă peste o grădină înflorită. Lacul sau omătul sînt înlocuite prin dușuri care biciuiesc epiderma, iar fluieratul păsării din stuf îl servește, destul de fidel, susurul robinetelor și-al conductelor din zid. Lipsește doar mesteacănul de la intrare și larga respirație a vegetației nordice, pustiul străveziu dintre frunze, care se umple de vînt și stele la ceasul înserării. Din geam, însă, orașul răsărit pe-un țărm stîncos de mare, își înșiră salbele de lumini scînteietoare, ca pe-un cer răsturnat aidoma în oglinda apei.

E o lume cu deprinderile ei stenice, bărbătești, această Finlandă, care a dăruit lumii Kalevala — de fapt o gigantică aventură a unor sportivi legendari! — și i-a mai dăruit o concepție proprie despre sport și sportivitate. Ea nu se lasă viciată de mentalitatea și ritmul adeseori prea pripite ale lumii moderne, rămînînd aliata omului, a fizicului și moralului său, pentru care a fost zămislită.

George SBÂRCEA

Excelentă pledoarie pentru handbal! Dinamismul fazei, surprinsă de un fotoreporter danez în timpul unui joc Danemarca — România, ne scutește de orice altă explicație. Totuși, vom preciza că, în ciuda efortului său, Mircea Costache II *nu-i va împiedica pe* Christianssen *să înscrie*